

Развлечение к Дню здоровья в группе раннего возраста «Правила здоровья»

Цель: укрепление здоровья детей

Задачи:

- формировать начальные представления о ЗОЖ
- упражнять в выполнении основных движений: прыжки, бег, ползание.
- учить двигаться в соответствии с текстом и музыкой.
- учить выполнять дыхательное упражнение.
- развивать мелкую моторику, подвижность, координацию движений.
- создать бодрое и радостное настроение у детей.

Оборудование: иллюстрации о ЗОЖ, игровой туннель, пластмассовые шарики, деревянные ложки, корзинки, карточки с нарисованными продуктами, обручи, гимнастическая палка с прикрепленными к ней перышками.

Музыкальное сопровождение: видеообращение Ежика из м/фильма «Смешарики», быстрая фоновая музыка, зарядка «Малышарики», Кукутики «Песенка про чистоту»

Ход:

Видеообращение Ежика из м/фильма «Смешарики»: «Здравствуйте, малыши! Я очень хотел прийти к вам в гости, но неожиданно заболел. А вы не болеете? Я тоже очень хочу быть здоровым! Как поправлюсь, обязательно вас навещу! До встречи, ребята!»

- Жаль, что Ежик не смог прийти к нам в садик...
- Ребята, а давайте Ежика научим, что надо делать, чтобы быть здоровым!

1. Итак, первое правило, каждый день надо начинать с зарядки!

Зарядка «Малышарики»

2. Правило второе, быть чистым!

Чтение потешки:

Водичка, водичка,
Умой моё лицико,
Чтобы глазки блестели,
Чтобы щёчки краснели,
Чтоб смеялся роток,
Чтоб кусался зубок.

Чистота помогает нам быть здоровыми!

-Давайте покажем Ежику, как надо умываться.

Кукутики «Песенка про чистоту»

(под музыку дети выполняют движения)

3. Правило третье, кто хорошо кушает, тот будет здоровым!

Посмотрите, сколько у меня полезных продуктов, тут фрукты и овощи, молочко, каша.

Рассматривание карточек «Полезные продукты»

Пальчиковая гимнастика «Мы капусту рубим»

4. Правило четвертое, активно двигаться, бегать, прыгать!

Игра «Тоннель»

(малыши поочередно продвигаются по тоннелю)

Игра «Витамины для Ежика»

Используя деревянные ложки дети переносят пластмассовые шарики в корзинку.

Игровое упражнение «Прыжки из обруча в обруч»

5. Правило пятое, совершать прогулки, дышать свежим воздухом.

Дыхательная гимнастика «Подуй на перышко»

Заключение (рефлексия)

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно,

Твердо надо заучить,

Как здоровым быть!

- Мы сегодня показали Ежику, что надо делать, чтобы быть здоровыми! А вы запомнили?

Дышать свежим воздухом, хорошо кушать, делать зарядку, быть чистым! А Ежик, как

выздоровеет, обязательно придет к нам в гости!